

《古人解憂療鬱書》創作目錄加頁碼

主題人物	標題	頁碼
楔子：從紅樓夢說起……		3
林黛玉	說到憂鬱，你心中浮現的人物是誰呢？	4
第一章：從明清「傳奇」觀察憂鬱症狀表現		8
1 唐明皇	原應比翼雙飛，唐明皇在楊貴妃死後過得如何？	9
2 杜麗娘	一夢而亡！杜麗娘夢後便死去是怎麼了？	17
3 潘必正	多麼美的一種病—潘必正的「相思病」	28
4 崔氏	「覆水難收」背後的悲劇？女主角崔氏之後怎麼了？	35
5 白素貞	怎麼會鬥輸法海？白素貞少被討論的關鍵原因！	45
第二章：由「詞」中找出憂鬱症可能原因與時程		53
1 李煜	戰或降？這不是李煜簡單的決定？	54
2 晏幾道	憑什麼晏幾道被說是「古之傷心人也」？	64
3 秦觀	秦觀好愁	72
4 黃庭堅	同樣被貶，黃庭堅硬是走出自己的路	79
5 朱淑真	痛苦時，你傷「心」，那古人傷什麼？	89
第三章：與唐「詩」文人一同面對憂鬱困境		97
1 盧照鄰	唐代詩人最痛苦，他說第一無人敢說二	98
2 孟浩然	孟浩然也有失意沮喪的時候，他怎麼度過？	105
3 王維	王維的哀愁，他靠什麼安定自己的心？	112
4 柳宗元	跌宕起伏一年後，柳宗元想方設法讓生活更精彩	118
5 李賀	李賀，哩賀，希望你能好好的！	127
6 杜牧	親愛的杜牧，你有好好休息嗎？	135
尾聲：回到最早的憂鬱人—屈原		143
屈原	無論憂鬱來不來，讓人一同來幫忙！	144